

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	Ф00130	каша овсяная Геркулес	200	23,32	149	6	6	18
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	Ф00615	чай с сахаром	200	2,66	28	0	0	14
	хлеб бел.	Ф00001	батон с маслом	60	12,86	204	3	11	22
	хлеб черн.								
				460	38,84	381	9	17	54